



| LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES | SÁBADO |
|---|---|--|---|---|--|
| | | | | 1 Hamburguesa de Huevo Salchichas de Pavo Vegetales Mixtos Fiesta Muffin Ingles Integral Piña en Trozos | 2 Huevos Duros Cocidos Muffin Integral de Guineo Melocotones Trozados Jugo de Tomate |
| 4 Huevos Duros Cocidos Ensalada de Frijoles Negros Muffin Integral de Arandanos Azules Naranjas Mandarinas | 5 Omelet Espinaca al Ajillo Muffin Ingles Integral Puré de Manzana | 6 Hamburguesa de Salchicha de Pavo Papas al Horno en Cubitos Panqueques Integrales Piña en Trozos | 7 Habichuelas Charro Hamburguesa de Huevo Lechuga Rallada Fajita de Vegetales Mixtos Tortilla Integral Pasas | 8 Burrito Integral de Desayuno Vegetales Mixtos Fiesta Melocotones Trozados Salsa de Taco | 9 Hamburguesa de Salchicha de Pavo Batatas Rostizadas Muffin Ingles Integral Naranja Fresca |
| 11 Hamburguesa de Salchicha de Pavo Batatas Rostizadas Muffin Ingles Integral Frutas Mixtas | 12 Huevos Revueltos con Cebollas y Pimientos Habichuelas Charro Muffin Integral de Maíz Naranja Fresca | 13 Hamburguesa de Huevo Fajita de Vegetales Mixtos Mini Waffles Integrales Piña en Trozos | 14 Huevos Revueltos con Espinaca Papas O'Brien Pan Integral Peras en Cubitos | 15 Omelet Crema de Espinaca Muffin Integral de Guineo Puré de Manzana | 16 Huevos Duros Cocidos English Muffin Integral Jugo de Tomate Frutas Mixtas |
| 18 Huevos Revueltos Mexicanos Habichuelas Charro Muffin Ingles Integral Frutas Tropicales | 19 Hamburguesa de Salchicha de Pavo Batatas Rostizadas Panqueques Integrales Peras en Cubitos | 20 Huevos Duros Cocidos English Muffin Integral Piña en Trozos Ensalada de Pepinillos | 21 Omelet Crema de Espinaca Muffin Integral de Arandanos Azules Frutas Tropicales | 22 Burrito Integral de Desayuno Papas O'Brien Naranja Fresca | 23 Hamburguesa de Huevo Hamburguesa de Salchicha de Pavo Fajita de Vegetales Mixtos Muffin Ingles Integral Pasas |
| 25 Hamburguesa de Huevo Hamburguesa de Salchicha de Pavo Papas al Horno en Cubitos Fajita de Vegetales Mixtos Muffin Ingles Integral Frutas Tropicales | 26 Huevos Duros Cocidos Ensalada de Frijoles Negros Muffin Integral de Guineo Naranja Fresca | 27 Huevos Revueltos con Espinaca Papas "Tater Tots" Pan Multigrano Peras en Cubitos | 28 "Gravy" Campestre de Salchicha *Pan "Biscuit" Integral Batatas Rostizadas Piña en Trozos | 29 Omelet Crema de Espinaca Pan Integral Frutas Tropicales | 30 Salchichas de Pavo Hamburguesa de Huevo Vegetales Mixtos Fiesta Muffin Integral Integral Frutas Mixtas |

NOTAS DEL MENÚ

Todas las comidas incluyen 8oz de leche

Denota Sodio ≥1000mg

Las comidas pueden contener estos alérgenos: maní, sésamo, frutos secos, mariscos, crustáceos, soja, huevos, trigo.

Menú Sujeto a Cambios

Este proyecto cuenta con el apoyo de fondos de la Ley de Estadounidenses de Edad Avanzada de la Agencia de Salud y Servicios Humanos del condado de San Diego, Servicios para el Envejecimiento y la Independencia.